

＼ 岡さんのいえTOMOの ／



まちの保健室カフェ

毎月第一水曜日15時から

「まちの保健室カフェ」を開催しています。

「介護予防体操」をゆるりと30分ほど。

終わったらひと息。コーヒーでもどうぞ。

あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）の

看護師さん等が在室の時もあるので、

ちょっとした介護や健康のお悩みなども相談できます。

また、認知症になっても（ならなくても）安心して暮らせるまち

の実現にむけて、多世代で一緒に楽しめる活動も行っています。

お気軽にお立ち寄りください。



●まちの保健室カフェ

日時：毎月第一水曜日15時～17時

*祝日は除く

参加費：無料 *コーヒー代はお気持ちカンパで

連絡先：090-1200-8406（小池）

協力：上北沢あんしんすこやかセンター

6月

大宅壮一文庫さん
コラボ企画

なつかしの 昭和 クイズ

6月の「まちの保健室カフェ」は、大宅壮一文庫とのコラボ企画！

「なつかしの昭和クイズ」を開催します！おとなも子どもも

昭和の本や雑誌を見ながらおしゃべりしませんか？

お気軽にご参加ください♪（いきいき体操は15時からです）

日時：令和7年6月4日水曜日16時～17時

協力：上北沢まちづくりセンター

社会福祉協議会 上北沢地区事務局

上北沢あんしんすこやかセンター



美味しいコーヒーを淹れて
お待ちしております。

岡さんのいえTOMO

東京都世田谷区上北沢3-5-7

MAIL: okasannoie.tomo@gmail.com

HP: <https://www.okasannoie.com>

Facebook: <https://www.facebook.com/okasannoie/>

